

ICS 01.040.11

C 05

DB21

辽宁省地方标准

DB 21/ XXXXX—XXXX

## 中医药膳术语

Medicated Diet terminology for Traditional Chinese Medicine

(征求意见稿)

XXXX—XX—XX 发布

XXXX—XX—XX 实施

辽宁省市场监督管理局 发布

## 目 次

前 言 .....	IV
引 言 .....	IV
1 范围 .....	5
2 规范性引用文件 .....	5
3 总论 .....	5
4 中医药膳基本理论类 .....	6
5 中医药膳基本原则类 .....	6
6 中医药膳基本方法类 .....	8
主要参考文献 .....	13
索引 .....	14

## 前 言

本文件按照GB/T 1.1-2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由辽宁省卫生计生委提出并归口。

本文件起草单位：辽宁中医药大学、辽宁中医药大学附属医院。

本文件主要起草人：倪菲，于睿，李可大，崔家鹏，袁东超，杨茗茜，陈彦君，王彩霞，鞠宝兆，樊旭，吕静，曲金桥，王洋，孟健，于游，宋梦，周昕欣，李思琦，郭鹤，郑一。

## 引 言

中医药膳学是将中华民族的药膳文化进行深入的研究、发掘、发展及传播，体现了“药食同源”的理念，与中医学共同起源和同步发展。

中医药膳以药食合理组方配伍、保健防病、治病为基本原则。

在中医理论的指导下，中医药膳起源、发展、理论、应用及开发为中医药膳学的基本内容。

中医药膳术语是中医药膳学知识体系中最核心、最本质的部分，凝聚、浓缩了中医学的哲学思想、思维方式、人文精神、科学精神和价值理念，是了解中医药膳学理论、原则和方法的钥匙。

本文件按中医药膳学的基本理论、基本原则和基本方法构建《中医药膳术语》的概念体系。

中医药膳术语标准化是中医学学术建设的基础性工作，应遵循中医学理论体系，创造性地继承，创新性地发展，建立科学、系统的中医药膳术语标准。

# 中医药膳术语

## 1 范围

本标准界定了中医药膳学的基本理论、基本原则和基本方法的术语。

本标准适用于中医教学、科研、医疗、健康服务和对外交流。

## 2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

中华中医药学会团体标准 T/CACM 007-2016	药食同源药膳标准通则
中国药膳研究会药膳技术制作专业委员会	中国药膳制作及从业资质基本要求

## 3 总论

下列术语和定义适用于本文件

### 3.1

**中医药膳 TCM medicated diet**

以中医药理论为指导，将特定的中药原料与普通食物进行合理组方配伍，采用传统和现代科学技术共同加工制作成的具有调整人体脏腑阴阳气血生理功能的作用以及色、香、味、形、效俱佳的特殊膳食。

### 3.2

**中医药膳学 discipline of TCM medicated diet**

以中医学理论为指导，研究中医药膳起源、发展、理论、应用及开发研究的学科。

### 3.3

**辨证施膳 medicated diet based on syndrome differentiation**

注重机体阴阳气血、脏腑经脉的偏盛偏衰，用药膳以补偏救弊，在辨证、辨体质和辨病的基础上配伍组方，使其达到平衡协调的目的。

### 3.4

**药食同源 Chinese Materia Medica and food homology**

将药物的保健、治疗、预防及增强体质的这些作用融入日常膳食，使人们能在必需的膳食中享受到食物营养和药物防治调节两方面的作用。

### 3.5

**调食和药 combination of food and Chinese Materia Medica**

中药与食物结合，以达到补益精气、预防疾病、治疗或改善疾病的目的。

#### 4 中医药膳基本理论类

##### 4.1

###### 药膳基础 basic of TCM medicated diet

针对病证采取相对应的中药材与食物两者协同的作用给予调理，使其恢复人体阴阳平衡正常状态的基本指导思想。

##### 4.2

###### 药膳配伍 compatible of medicated diet

运用中医基础理论和方药学理论，根据辨证、辨体质和辨病，将各种药物类与食物类原料经恰当的配伍组合，起到相互协同、增强疗效、限制偏性等作用，使其能发挥更好的功效。

##### 4.3

###### 药膳选料 ingredient choosing principle of medicated diet

根据药物方剂的组成变化规律选用药物原料及传统食物。

##### 4.4

###### 药膳治法 medicated diet therapeutic method

针对不同体质状态的人所确定的具体施膳方法，源于中医治法。

#### 5 中医药膳基本原则类

##### 5.1

###### 中医药膳分类法 classification of TCM medicated diet

根据人体的不同需要、原料的不同性质、药膳的不同功效，区分为不同类别。

##### 5.1.1

###### 中医药膳原料分类法 raw material classification of TCM medicated diet

根据制作药膳原料的不同性质而区分为不同类别。

##### 5.1.1.1

###### 食物类原料 food raw material

人体健康的物质保证，具有协调阴阳、调理气血、调整脏腑、祛除病邪的作用。主要包括粮食类、蔬菜类、野菜类、食用菌类、果品类、禽肉类、畜肉类、奶蛋类、水产类、调味品及其他佐料等。

##### 5.1.1.2

###### 药物类原料 CMM raw material

口感适合于食用，易于被人们接受，同时具有无明显毒副作用、无严格剂量要求的的中药材。主要包括植物的根和根茎、果实和种子、茎叶、全草、花、皮及动物、矿物等。

### 5.1.2

#### 药膳功效分类法 function classification of medicated diet

根据原料内中药的成分与中医理论进行组方配伍及分类，体现对疾病的防治作用。

### 5.1.3

#### 药膳形态分类法 morphology classification of medicated diet

根据不同形式、不同形态的膳食进行分类，体现色、香、味、形，以满足视觉、嗅觉和口味的需要。

#### 5.1.3.1

##### 菜肴类药膳 medicated diet cuisine

以肉类、蛋类、水产类、蔬菜等为基本原料，配合一定的药物，以煨、炖、炒、蒸、炸、烤等制作方法加工的食物。

#### 5.1.3.2

##### 粥食类药膳 medicated diet porridge

以大米、小米、玉米、大麦、小麦等富含淀粉的原料，配以适合的药物，经熬煮等工艺制作的半流质状食物。

#### 5.1.3.3

##### 糖点类药膳 medicated diet dessert

以糖为原料，加入熬制后的固体或半固体状食物，配以药物粉末或药汁与糖拌熬，或掺入熬好的糖料中；或者选用某些食物与药物，经药液或糖、蜜等煎煮制作而成的点心或零食。

#### 5.1.3.4

##### 饮料类药膳 medicated diet beverage

将药物与食物经浸泡、绞榨、煎煮、蒸馏等方法加工制作而成的液体类食物。

#### 5.1.3.5

##### 其他类药膳 miscellaneous medicated diet

不能归入菜肴类、粥食类、糖点类及饮料类的药膳类别。

#### 5.1.3.5.1

##### 水果类药膳 medicated diet fruit

以各种水果为原料，配以适合的药物，经煮、炖、蒸、拌等方法制作而成的食物。

## 5.2

### 中医药膳应用原则 application principle of TCM medicated diet

疗效类食品须具有明确的适应证才能施用，施用时必须遵循一定的规则。

#### 5.2.1

**药膳平衡阴阳原则 yin-yang-balancing principle of TCM medicated diet**

审清阴阳的虚实盛衰所在，恰当地施用药食，以恢复阴阳的平衡。

## 5.2.2

**药膳调理脏腑原则 zang-fu viscera regulating principle of TCM medicated diet**

按照辨证论治理论，用药膳调治脏腑以恢复正常生理机能。

## 5.2.3

**药膳扶正祛邪原则 reinforce healthy-qi-reinforcing and pathogen eliminating principle of TCM medicated diet**

施膳时邪气盛应先祛邪使邪去正复；正气虚甚者宜以扶正为主，使正气复而邪自去。

## 5.2.4

**药膳三因制宜原则 three-category-disease-cause principle of TCM medicated diet**

对同一病证的施膳须根据因人、因时、因地的不同状态，制订相应的适宜措施，以达到良好的调治效果。

## 5.2.5

**药膳禁忌 prohibited medicated diet**

药治与药膳应用时均需注意中药与食物的配伍禁忌、孕产妇的配伍禁忌和疾病忌口等问题，在应用某些药或药膳时不宜进食某些药物与食物。

**6 中医药膳基本方法类**

## 6.1

**药膳炮制法 processing method of medicated diet**

药膳原材料的加工准备，需要采用一些较为特殊的制备工艺。即结合了中药的炮制工艺和食物的准备过程。

## 6.1.1

**药膳切制法 cutting method of medicated diet**

对于品原料经净选、软化后，或新鲜原料经洗净后，根据性质的不同、膳肴的差异，切制成一定规格的片、块、丁、节、丝等不同形状，以备制膳需要。

## 6.1.2

**药膳炒制法 stir-frying method of medicated diet**

将原料在热锅内翻动加热，炒至所需要的程度。

## 6.1.3

**药膳煮制法 decocting method of medicated diet**

根据不同性质，将原料与辅料置锅内加水没过药共煮，以清除原料的毒性、刺激性或涩

味。

#### 6.1.4

**药膳蒸制法** steaming method of medicated diet

将原料置适当容器内蒸至透心或特殊程度。

#### 6.1.5

**药膳灸制法** stir-frying method of medicated diet with liquid adjuvant

将原料与液体辅料如蜂蜜或酒，或盐水、药汁、醋等共同加热翻炒，使辅料渗进原料内部。

### 6.2

**药液制备法** extracting method of medicated liquid

通过一定的提取方法，把烹制药膳所用的特殊液体类原料中的有效成分析出备用。

#### 6.2.1

**药膳过滤法** filtering method of medicated diet

滤除沉淀，获取澄明药液的方法。

#### 6.2.2

**药膳浓缩法** concentrating method of medicated diet

将从原料中提取的单位容积内有效成分含量低的溶液提高浓度，以便精制。

##### 6.2.2.1

**药膳蒸发浓缩法** concentrating method of medicated diet by evaporation

通过加热使溶液中水分挥发的方法。适用于有效成分不挥发，加热不被破坏的提取液。

##### 6.2.2.2

**药膳蒸馏浓缩法** concentrating method of medicated diet by distillation

将原料液在蒸馏器内加热到汽化，通过冷凝回收剂回收溶剂，同时浓缩原料液的蒸馏方法。

### 6.3

**药膳制作法** production method of medicated diet

根据不同的方法制作出不同的药膳，以适应人们的不同嗜好及变换口味。

#### 6.3.1

**热菜类药膳制作法** making method of medicated hot dishes

将药膳原料进行制熟处理，加工成可作为热食菜类的制作方法。

##### 6.3.1.1

**药膳炖法** steaming of medicated diet

将药物与食物加清水，放入调料，先置武火上烧开，再改文火熬煮 2-3 小时至熟烂的制作方法。

## 6.3.1.2

**药膳煮法 decocting of medicated diet**

将药物与食物同置较多量的清水或汤汁中，先用武火烧开，再用文火煮熟，时间宜比炖短，以突出主料滋味，使味道清鲜，色泽亦美观的制作方法。

## 6.3.1.3

**药膳熬法 boiling of medicated diet**

将药物与食物置于锅中，注入清水，武火煮沸后改用文火烹制3小时以上，熬至汤汁稠浓的制作方法。

## 6.3.1.4

**药膳煨法 roasting of medicated diet**

将药物与食物置煨锅内，加入清水、调料，用文火或余热进行较长时间的烹制，慢慢煨至软烂的制作方法。

## 6.3.1.5

**药膳蒸法 steaming of medicated diet**

将原料置于盛器内，加入水或汤汁、调味品，或不加汤水，置蒸笼内利用水蒸气加热烹制蒸至熟或熟烂的制作方法。

## 6.3.1.6

**药膳炒法 stir-frying of medicated diet**

将油锅烧热，药膳原料直接入锅，于急火上快速翻炒至熟，或断生的制作方法。具有烹制时间短，汤汁少，成菜迅速，鲜香入味，或滑嫩，或脆生的特点。

## 6.3.1.7

**药膳爆法 quick-frying of medicated diet with adjuvant**

将原料经初步热处理后，先用热油锅煸炒辅料，再放入主料，倒入芡汁快速翻炒至熟的制作方法。具有急火旺油，短时间内加热，迅速出锅，成菜脆嫩鲜香的特点。

## 6.3.1.8

**药膳熘法 stir-frying of medicated diet with adjuvant**

原料调味后经炸、煮、蒸或上浆滑油等初步加热后，再以热油煸炒辅料，加入主料，然后倒入兑好的芡汁快速翻炒至熟的制作方法。具有成菜清亮透明，质地鲜嫩可口的特点。

## 6.3.1.9

**药膳炸法 frying of medicated diet**

将锅中置入较多量的油加热，药膳原料直接投入热油中以武火加热至熟或黄脆的制作方法。具有清香酥脆的特点。

## 6.3.1.10

**药膳烧法 braising of medicated diet**

将食物经过煸、煎、炸的处理后，进行调味调色，再加入药物和汤或清水，用武火烧开，文火焖透，烧至汤汁浓稠的制作方法。具有汁稠味鲜的特点。

#### 6.3.1.11

##### 药膳炆法 *frying and mixing of medicated diet*

将原料切制成所需形状，经加热处理后，加入各种调味品拌渍，或再加热花椒炆成的制作方法。具有口味或清淡，或鲜咸麻香的特点。

#### 6.3.2

##### 凉菜类药膳制作法 *making method of medicated cold dishes*

将药膳原料或经制熟处理，或生用原料，加工成可作为冷食菜类的制作方法。

#### 6.3.2.1

##### 药膳拌法 *stirring and mixing of medicated diet*

将药膳原料的生料或已凉后的熟料加工切制成一定形状，再加入调味品拌合而成的制作方法。具有清凉爽口、理气开胃的特点。

#### 6.3.2.2

##### 药膳腌法 *pickling of medicated diet*

将原料浸入调味卤汁中，或以调味品拌匀，腌制一定时间排除原料内部的水分，使原料入味的制作方法。具有清脆鲜嫩，浓郁不腻的特点。

#### 6.3.2.3

##### 药膳冻法 *gelling of medicated diet*

将含胶质较多的原料投入调味品后，加热煮制达一定程度后停止加热，待其冷凝后食用的制作方法。具有晶莹剔透、清爽可口的特点。

#### 6.3.3

##### 药粥制作法 *production of medicated porridge*

根据药物与米谷类食物不同特点共同熬煮制作而成的方法。具有制法简单，服用方便，易于消化吸收的特点。

#### 6.3.3.1

##### 生药饮片粥 *rice porridge with raw Chinese Materia Medica*

将形、色、味均佳，且能食用的生药与米共同煮制，既使粥增加形色的美观，又使味道鲜美，增强疗效。

#### 6.3.3.2

##### 中药研末粥 *rice porridge with Chinese Materia Medica powder*

较大的中药块或质地较硬的药物难以煮烂时，将其粉碎为细末后与米同煮。

#### 6.3.3.3

##### 药物提汁粥 *porridge with Chinese Materia Medica extract*

某些不能食用或感官刺激太强的药物，不宜与米谷同煮，需煎煮取汁与米谷共煮制粥。

#### 6.3.3.4

##### **汤汁类粥 porridge with milk or gravy**

将动物乳汁，或肉类汤汁与米谷同煮制粥。

#### 6.3.4

##### **药膳饮料制作法 production method of medicated beverage**

以药物、水或酒为主要原料加工制作成饮料的方法，具有保健或治疗作用的特点。包括药酒、保健饮料及药茶等。

#### 6.3.4.1

##### **药酒配制法 production of medicated alcohol**

以白酒、黄酒为基料，浸泡或煎煮相应的药物，滤去渣后所获得的饮料的制作方法。

#### 6.3.4.2

##### **药食同源饮料制作法 production of health-preserving beverage**

以药食同源的功能性物质为原料，用浸泡、煎煮、蒸馏等方法提取药液，再经沉淀、过滤、澄清，加入冰糖、蜂蜜等兑制而成的方法。具有生津养阴，润燥止渴的特点。

#### 6.3.4.3

##### **药茶制作法 production of medicated tea**

将药物与茶叶相配，置于杯内，冲以沸水，盖焖 15 分钟左右即可，也可根据习惯加白糖、蜂蜜等；或将药物加水煎煮后滤汁当茶饮；或将药物加工成细末或粗末，分袋包装，临饮时以开水冲泡的制作方法。具有清香醒神、养阴润燥、生津止渴的特点。

#### 6.3.5

##### **药膳面点制作法 production of medicated pastry**

将药物制成粉末，或将药物提取液与面点共同和揉，按面点制作方法加工而成的制作方法。

## 主要参考文献

1. GB/T 1.1-2020 标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则
2. GB/T 10112-2019 术语工作 原则与方法
3. GB/T 15237.1-2000 术语工作 词汇 第1部分：理论与应用
4. GB/T 16785-2012 术语工作 概念与术语的协调
5. GB/T 20001.1-2001 标准编写规则 第1部分：术语
6. GB/T20348-2006 中华人民共和国国家标准·中医基础理论术语
7. GB/16751-1997（所有部分）中华人民共和国国家标准·中医临床诊疗术语
8. T/CACM1067-2018 中华中医药学会团体标准·《中医治未病术语》
9. 李振吉. 中医药常用名词术语辞典[M]. 北京：中国中医药出版社，2001
10. 李经纬, 区永欣等. 中医大辞典[M]. 第2版. 北京：人民卫生出版社，2005
11. 袁钟, 图娅, 彭泽邦等. 中医辞海[M]. 北京：中国医药科技出版社，1999..
12. 中医药学名词审定委员会. 中医药名词[M]. 北京：科学出版社，2004.
13. 谢梦洲, 朱天民. 中医药膳学[M]. 第3版. 北京：中国中医药出版社，2016
14. 吕爱平. 中医药标准化基础知识与应用[M]. 第1版. 北京：中国中医药出版社，2017
15. 李春田. 标准化概论[M]. 第1版. 北京：中国人民大学出版社，2014
16. 马继兴. 中医药膳学[M]. 第3版. 北京：人民卫生出版社，2009
17. 彭铭泉. 中国药膳大典[M]. 第1版. 青岛。青岛出版社，2000

索 引

---